

# Pesarios vaginales

Un pesario vaginal es un dispositivo de silicona, similar a un diafragma anticonceptivo vaginal, que se utiliza para tratar la incontinencia urinaria o el prolapso.

## Acerca de los pesarios vaginales

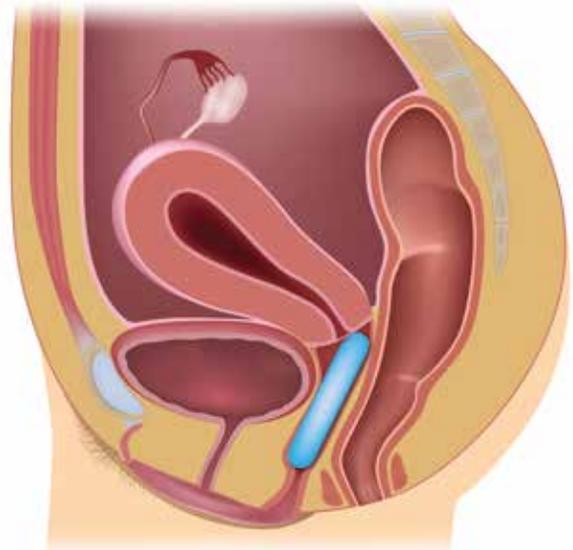
Un pesario vaginal se introduce en la vagina para dar soporte a los órganos genitales caídos y aplicar compresión a la uretra durante las actividades que pueden causar pérdidas de orina. Para muchas mujeres, los pesarios son una opción de tratamiento de bajo riesgo para el prolapso de los órganos pélvicos (POP) o la incontinencia urinaria. Le permiten estar activa y sentirse bien sin cirugía. Alrededor del 85 por ciento de las mujeres pueden colocarse un pesario con éxito independientemente de su edad, sus antecedentes médicos o el alcance del prolapso de los órganos pélvicos.

## ¿ES UN PESARIO UNA BUENA OPCIÓN PARA USTED?

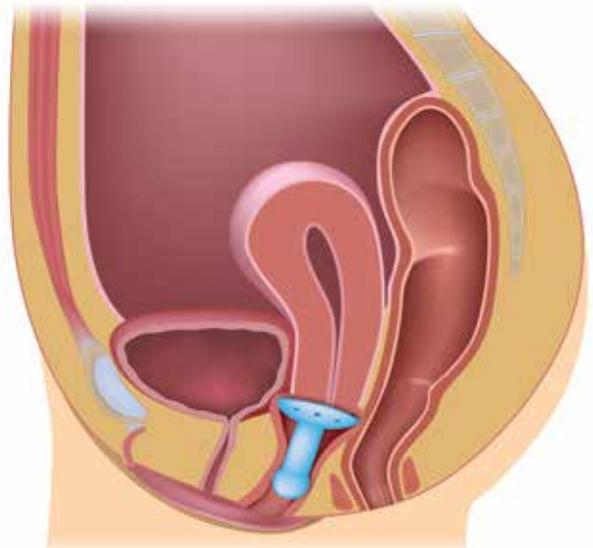
Considere usar un pesario si:

- Necesita ayuda temporal o a largo plazo con las pérdidas de orina durante el ejercicio.
- Tiene síntomas molestos de incontinencia urinaria de esfuerzo o de prolapso de los órganos pélvicos y desea un tratamiento no quirúrgico. Algunas mujeres desean posponer la cirugía y otras quieren evitarla por completo; un pesario puede ayudar en ambos casos.
- Tiene problemas de salud que hacen que los riesgos de la cirugía sean demasiado grandes.
- Está considerando quedar embarazada en el futuro y necesita posponer la cirugía hasta después de haber terminado de formar su familia.
- Se va a tomar el tiempo de extraer, limpiar y volver a insertar el pesario de forma regular. Esto puede hacerlo por su cuenta en casa o durante las consultas regulares con su proveedor médico.

## Pesario de tipo anillo



## Pesario Gellhorn



# Pesarios vaginales

No todas las mujeres pueden llevar puesto un pesario. Las cicatrices vaginales, la sequedad vaginal, una vagina estrechada o acortada quirúrgicamente, una abertura vaginal ensanchada o músculos muy débiles del piso pélvico son algunas de las razones por las que los pesarios podrían salirse o sentirse incómodos. Algunos de estos problemas pueden tratarse para permitir el uso de un pesario.

Los pesarios requieren cuidados continuos para evitar problemas de secreción vaginal, olor, sangrado o formación de úlceras. A menudo, usted puede hacer esto fácilmente después de recibir capacitación de su proveedor de atención médica. Un pesario olvidado puede causar problemas. Por ejemplo, pueden producirse erosiones a través de la pared vaginal hacia la vejiga o el recto. Alrededor de un 50 a un 80 por ciento de las mujeres a las que se les ha colocado un pesario con éxito lo utilizan a largo plazo.

## Uso de un pesario

Los pesarios requieren ser ajustados. Este ajuste se lleva a cabo fácilmente durante una visita al consultorio médico, lo que le permite volver a casa ese mismo día con una mejoría en sus síntomas. Al igual que sucede al tratar de encontrar el par de zapatos perfecto, tal vez que tenga que probar diferentes pesarios hasta encontrar el que sea adecuado para usted. Este ajuste se hace en el consultorio del uroginecólogo. Si usted tiene relaciones sexuales, informe a su proveedor. Este factor es parte del proceso de selección de los pesarios.

Un pesario bien ajustado no debería sentirse cuando está en su lugar, al igual que sucede con un tampón. Si siente molestias o dolor, dígalos sin reservas. El pesario podría ser demasiado grande o pequeño para usted. Con frecuencia, un pesario de un tamaño diferente solucionará este problema. Una vez que

## APRENDA LOS TÉRMINOS

**Pesario vaginal:** un dispositivo generalmente hecho de silicona de calidad médica que se inserta en la vagina para corregir el prolapso vaginal o tratar la incontinencia urinaria.

**Prolapso de los órganos pélvicos (POP):** caída de los órganos pélvicos, como la vejiga, el útero y el recto, causada por una pérdida del soporte vaginal.

**Incontinencia urinaria:** cualquier pérdida accidental de orina.

**Incontinencia urinaria de esfuerzo:** pérdida de orina con actividades físicas como reír, estornudar, levantar peso o hacer ejercicio.

**Vejiga hiperactiva:** necesidad imperiosa de orinar (urgenturia), generalmente con frecuencia y nicturia, y a veces con incontinencia imperiosa. Esto ocurre sin una infección u otro problema de salud.

**Cistocele o uretrocele (prolapso de la pared vaginal anterior):** la pared frontal de la vagina se hunde hacia abajo o hacia afuera, lo que permite que la vejiga caiga de su posición normal.

**Rectocele (prolapso de la pared vaginal posterior):** el recto sobresale hacia dentro de la vagina debido al debilitamiento de la pared vaginal y el perineo.

**Prolapso uterino o de la cúpula vaginal:** el soporte superior de la vagina se debilita, lo que permite que el útero y el cuello uterino se hundan hacia la cavidad vaginal. En las mujeres que se han sometido a una histerectomía, se hunde la parte superior de la vagina.

# Pesarios vaginales

## Pesario para la incontinencia



se identifique el tipo específico de pesario para usted, su proveedor establecerá un programa para la limpieza del pesario. Si usted puede encargarse de su propio pesario, su proveedor le enseñará a insertarlo, sacarlo y limpiarlo.

Es normal sentir el pesario cerca de la abertura de la vagina, dado que los pesarios deben ir colocados más abajo que un diafragma o un tampón. Si siente que el pesario se le está saliendo, puede empujarlo hacia adentro. Los pesarios suelen ser fáciles de manejar con la práctica.

Los pesarios no causan infecciones, pero podría notar una secreción blanquecina o amarillenta de la vagina. Esto no es ningún problema. Sin embargo, si la cantidad de secreción aumenta o si tiene mal olor, llame a su proveedor. Llame también si ve sangrado vaginal, ya que podría tener una úlcera. A las mujeres que usan un pesario también se les podría recetar estrógeno vaginal en forma de crema, comprimido o anillo. Este medicamento ayuda a fortalecer la piel de la vagina, lo que reduce el riesgo de que se formen úlceras.

Tendrá que ver a su proveedor médico

con regularidad para revisar el pesario y asegurarse de que le esté funcionando bien. Lo típico es que las mujeres que llevan puesto un pesario consulten a su médico con una frecuencia de 3 a 12 meses.

### Tipos de pesarios

Hay disponibles pesarios de muchas formas y tamaños para satisfacer las necesidades individuales de las diferentes pacientes. Los tipos comunes de pesarios incluyen el anillo, la dona, el Gellhorn y el cubo. Su proveedor elegirá el adecuado para usted a la hora de ajustarlo.

#### PESARIO DE TIPO ANILLO

El pesario de tipo anillo es un tratamiento eficaz tanto para el prolapso temprano como el avanzado. También se utiliza un pesario de tipo anillo con una perilla adicional para la incontinencia urinaria de esfuerzo. Algunas mujeres encuentran que los síntomas de la necesidad imperiosa de orinar (urgenturia) y de la micción frecuente mejoran con un pesario.

A menudo, los pesarios de anillo son los primeros que los médicos prueban. Los pesarios de anillo son fáciles de

# Pesarios vaginales

insertar y extraer para las mujeres. A veces, las mujeres pueden tener relaciones sexuales con este tipo de pesario colocado. Si usted o su pareja sienten el pesario de anillo, también es fácil de sacar y volver a insertar después de las relaciones sexuales.

Para insertarlo, se dobla el pesario por la mitad (como un taco), se coloca un poco de lubricante en la punta y se introduce en la vagina. Una vez dentro de la vagina, el pesario se despliega y proporciona soporte. Este tipo de pesario también es fácil de quitar: tire suavemente de él, dóblelo por la mitad y retírelo.

## PESARIO DE TIPO DONA

Los pesarios de tipo dona pueden solucionar los síntomas del prolapso de los órganos pélvicos tanto para prolapsos grandes como pequeños. No obstante, este tipo de pesario puede ser algo difícil de insertar y retirar.

## PESARIO DE TIPO GELLHORN

El pesario Gellhorn se utiliza para el prolapso en fase avanzada y las mujeres que no tienen relaciones sexuales. Se compone de dos partes. La parte cóncava genera succión en la parte superior de la vagina/el cuello uterino. La parte del tallo se coloca de cara a la abertura vaginal. Es difícil de retirar y, por lo tanto, requiere visitas al consultorio médico para su limpieza. Es normal sentir el tallo cerca de la abertura vaginal, especialmente después de defecar.

## PESARIO DE TIPO CUBO

Para el prolapso avanzado, se puede recomendar un pesario de tipo cubo. Una vez colocado en la vagina, el cubo produce succión en todos los lados. Esto atrapa tanto los bordes del prolapso como las secreciones vaginales en las hendiduras del pesario. A veces, esto puede producir mal olor. Debido a que los pesarios de tipo cubo son muy difíciles de retirar por cuenta propia, suelen requerir visitas frecuentes al consultorio médico. Dadas estas limitaciones, los pesarios de tipo cubo a menudo se utilizan como último recurso.

## Tres lecciones

- 1. Un pesario es un dispositivo que suele estar hecho de silicona y que se inserta en la vagina para corregir el prolapso vaginal o la incontinencia urinaria de esfuerzo.**
- 2. La mayoría de las mujeres pueden controlar sus síntomas con éxito mediante un pesario. Esto puede significar que evitan la cirugía.**
- 3. Hay pesarios de muchas formas y tamaños para satisfacer las necesidades individuales de las diferentes pacientes. Hable con su proveedor acerca del que es mejor para usted.**